

EFEKTIVITAS PELATIHAN KETERAMPILAN "MAINAN DAN CERITA" UNTUK MENGATASI RASA MALU PADA ANAK¹

Winda Lestari, Setia Asyanti, Miwa Patnani, Rusiati²

INTISARI

Sigmund Freud berpendapat bahwa perkembangan anak usia lima tahun pertama sangat menentukan perkembangan selanjutnya. Rasa malu pada anak yang berlebihan bila tidak ditangani sejak dini akan menghambat kemampuan berekspresi anak sehingga berakibat terganggunya penyesuaian diri dan sosialisasinya. Sejalan dengan Freud, Adler (dalam Partosuwito, 1993) juga menekankan pentingnya perkembangan anak satu sampai lima tahun, karena pada masa tersebut akan terbentuk *style of life*.

Inti rasa malu adalah rasa rendah diri yang mempunyai sebab kompleks. Sebab-sebab tersebut dapat dikelompokkan menjadi faktor predisposisi dan faktor pencetus (Hallahan, 1988).

Penelitian akan melihat sejauh mana efektivitas pelatihan "Mainan dan Cerita" yang mengacu pada modul untuk menurunkan rasa malu pada anak-anak usia 4-5 tahun. Ginnot (dalam Schaefer, dkk., 1991) menyatakan bahwa kemampuan anak berkomunikasi dengan menggunakan kata-kata sangat terbatas, berkaitan dengan hal itu, mainan merupakan kata-kata bagi anak dan permainan adalah bahasa simbolik untuk mengekspresikan diri. Penelitian terhadap bermain sebagai bentuk komunikasi alamiah dan bermanfaat bagi perkembangan anak semakin perlu. Pada dasarnya, mainan bermanfaat untuk mengoptimalkan perkembangan fisik dan mental anak, memenuhi kebutuhan emosi anak, mengembangkan kreativitas atau kemampuan bahasa anak, serta membantu proses sosialisasi anak. Selain itu, mainan juga bisa mengembangkan kepekaan diri, sikap jujur, dan sportivitas anak.

Bercerita dengan menggunakan sesuatu yang disenangi anak akan memberikan kesempatan anak untuk mengungkapkan hal-hal yang berkaitan langsung dengan dirinya atau hal-hal lain yang sudah diketahuinya. Hal ini memungkinkan berkurangnya kecemasan pada anak, sehingga diharapkan rasa malunya dapat teratasi. Selanjutnya diharapkan timbul keberanian dalam diri anak untuk berkomunikasi dengan orang lain dan mampu mengekspresikan kemampuan dirinya secara optimal.

Penelitian ini membuktikan bahwa pelatihan keterampilan "Mainan dan Cerita" efektif untuk menurunkan rasa malu pada anak.

¹ Juara I Lomba Karya Inovatif Produktif Bidang Pendidikan Tahun 1996/1997. Dosen Pembimbing: Dra. Avin Fadilla Helmi, Msi.

² Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

PENDAHULUAN

Masa anak merupakan masa yang penting bagi perkembangan individu. Havighurst mengemukakan konsep *Life Span Developmental* yang berarti perkembangan individu berlangsung terus menerus sejak manusia masih dalam proses pembuahan sampai individu meninggal. Fase satu berpengaruh bagi fase selanjutnya.

Kehidupan yang sehat berarti bahwa perkembangan seorang anak berlangsung secara optimal bila ia mampu mengekspresikan semua potensinya. Anak akan memperoleh pengalaman belajar apabila ia mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keinginannya. Melalui ekspresi, anak akan memperoleh umpan balik yang berguna bagi perkembangan selanjutnya. Sedang rasa malu yang timbul berlebihan seringkali menjadi penghambat bagi anak untuk mengekspresikan diri.

Inti dari rasa malu adalah rasa rendah diri yang berlatar belakang sebab-sebab yang kompleks, adapun sebab-sebab itu

dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yakni faktor predisposisi dan faktor pencetus (Hallahan, 1988).

1. Faktor Predisposisi (*Predisposition Factors*)

Faktor ini merupakan faktor yang terdapat pada diri individu yang akan memunculkan rasa malu apabila ada faktor pencetusnya. Misalnya, anak yang mengalami kelainan pada anggota tubuhnya dan sering diejek oleh teman-temannya, maka ia akan mengembangkan rasa malu.

2. Faktor Pencetus (*Precipitating Factors*)

Penelitian Haditono, 1974 (dalam Haditono, 1989) menyebutkan bahwa anak-anak pemalu tidak selalu disebabkan adanya hambatan psikis, tetapi bisa juga karena produk budaya. Anak-anak Jawa, misalnya, sering dikondisikan untuk patuh atau menghormati orang tua, sehingga tingkah lakunya menjadi terkontrol atau tidak spontan, padahal tingkah laku anak-anak seharusnya spontan. Adapun yang dimaksud dengan lingkungan sosial budaya meliputi:

a. Keluarga

Keluarga merupakan peletak dasar kepribadian seorang anak. Pendidikan dan pola asuh ditanamkan dalam keluarga dan hal itu menentukan perilaku anak-anaknya. Beberapa pola asuh dalam masyarakat yang dapat menyebabkan berkembangnya rasa malu pada anak antara lain:

- i. Cara menggendong anak dengan posisi si anak hanya dapat melihat wajah ibunya, ini akan mengkondisikan anak untuk tidak terbiasa melihat stimulus-stimulus lain selain wajah ibunya. Kondisi seperti ini dapat dilihat dari cara anak berada dalam situasi yang masih baru, anak akan berusaha menyembunyikan wajahnya di balik rok ibunya;
- ii. Anak jarang atau tidak pernah dilibatkan dalam pembicaraan dengan orang dewasa;
- iii. Anak mengalami tingkah laku yang tidak sehat sehingga ia sulit melepaskan kelekatan dengan figur lekat (biasanya ibunya), akibatnya ketika berada dalam situasi tanpa kehadiran ibunya, anak menjadi cemas;
- iv. Orang tua terlalu mengekang anaknya. Anak tidak diberi kesempatan bergaul dan memiliki kelompok teman sebaya, sehingga anak menjadi canggung jika berhadapan dengan orang lain selain keluarganya. Hal ini dapat dilihat pada anak-anak yang mengalami kesulitan saat mulai memasuki lingkungan sekolah.

b. Sekolah

Sekolah merupakan lembaga formal yang memberikan pendidikan bagi anak. Sifat malu pada anak sering muncul ketika anak memasuki masa sekolah (Haditono, 1989). Hal demikian terjadi karena sekolah menjadi lingkungan yang baru bagi anak selain lingkungan keluarga yang dikenal sebelumnya. Pada dasarnya, sekolah diharapkan mampu menumbuhkan rasa percaya diri pada anak. Namun demikian, kadang-kadang perlakuan yang diperoleh di sekolah justru menyebabkan timbulnya rasa rendah diri pada anak sehingga terbentuk rasa malu yang menghambat terbentuknya rasa percaya diri. Pengalaman itu antara lain:

- i. Guru hanya memperhatikan murid-murid yang menonjol saja, sedangkan anak-anak yang kurang menonjol tidak didorong untuk aktif di dalam kelas. Lama-lama anak yang pasif menjadi rendah diri karena merasa tidak mampu dan tidak berharga.
- ii. Anak tidak menguasai kemampuan seperti yang dimiliki teman-temannya, misalnya memasang sepatu, merapikan barang-barangnya, dan sebagainya. Hal ini bisa terjadi karena anak tidak memperoleh pengalaman belajar seperti itu di rumah.

c. Masyarakat sekitar

Perlakuan atau penilaian masyarakat sekitar juga dapat membentuk sifat malu atau tidak spontan pada anak. Anak yang ingin diterima oleh lingkungan akan berusaha menyesuaikan diri dengan apa yang diharapkan lingkungannya terhadap diri anak. Perlakuan itu antara lain: (1) Dalam budaya kita, umumnya anak aktif dianggap sebagai anak bermasalah, sedangkan anak pendiam dan pemalu dianggap sebagai anak manis, sopan, dan penurut; (2) anak yang pendiam tidak diberi respon karena terlanjur diberi label pemalu.

Menurut hasil penelitian Phillip G. Zimbardo, dua dari lima anak-anak adalah pemalu. Sifat pemalu bukan merupakan

gangguan perilaku, namun bila sifat malu berkembang menjadi sesuatu yang menetap hingga dewasa akan menimbulkan dampak buruk bagi perkembangan individu.

Penelitian Zimbardo (Asnawi, dalam Suara Karya, 1996) menunjukkan bahwa anak-anak pemalu mempunyai prestasi yang kurang di sekolah dan tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Rasa malu yang berlanjut hingga masa dewasa akan dapat menimbulkan kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain, penghasilan yang kurang, dan memperoleh pekerjaan yang kurang menuntut tanggung jawab.

Sepintas rasa malu tampak sederhana, tetapi kenyataannya bisa membawa dampak negatif. Menurut Hurlock (1988), dampak yang timbul dari rasa malu antara lain:

1. Rasa malu yang menetap menimbulkan sifat malu-malu dalam segala hal sehingga anak takut mencoba sesuatu yang baru atau yang berbeda dari biasanya, akibatnya prestasi yang dicapai berada di bawah kemampuan mereka;
2. Ketakutan kepada sesuatu yang bersifat asing bisa menghalangi usaha anak untuk melakukan sesuatu yang baru dan dapat mematahkan kreativitas;
3. Anak pemalu hanya memberi sedikit kepada kelompok. Umumnya mereka bukan tidak disukai, tetapi dipandang rendah dan diabaikan. Hal ini mengakibatkan penyesuaian yang buruk;
4. Rasa malu menyulitkan anak untuk berperan sebagai pemimpin karena ketidakmampuan berkomunikasi secara efektif dan kreatif;
5. Anak pemalu takut berbicara dengan orang lain sehingga orang lain juga tidak berbicara dengan mereka;
6. Pada masa bayi, malu adalah normal, tetapi anak pemalu kemungkinan besar mendapat penilaian yang tidak menyenangkan. Hal ini sering menimbulkan perkembangan kompleks rasa rendah diri (*inferiority complex*).

Usaha-usaha untuk mengatasi masalah tersebut antara lain:

- a. Henderson mengusulkan pemberian teman yang hangat dan tidak terlalu agresif yang dapat membimbing anak pemalu tersebut;
- b. Zimbardo melatih anak-anak untuk menelpon seseorang dan melakukan survey.

Mengamati luasnya dampak negatif yang timbul sebagai akibat dari rasa malu, maka diperlukan cara untuk mengatasinya. Sebuah pelatihan yang mengambil dasar bercerita merupakan salah satu alternatif untuk mengatasi rasa malu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas sebuah pelatihan yang mengacu pada sebuah modul terhadap peningkatan kemampuan berekspresi pada anak-anak usia 4-5 tahun.

METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas: Pelatihan Ketrampilan "Mainan dan Cerita"
2. Variabel Tergantung: Rasa Malu

1. Pelatihan Keterampilan "Mainan dan Cerita"

Pelatihan ketrampilan "Mainan dan Cerita" didefinisikan sebagai suatu pelatihan yang menggunakan mainan sebagai media utama untuk bercerita yang bertujuan meningkatkan kemampuan ekspresi pada anak, khususnya di dalam kelas. Rangkaian kegiatan yang dilaksanakan disusun secara sistematis dalam sebuah modul pelatihan. Modul ini akan menjadi standardisasi acuan agar pelaksanaan kegiatan pelatihan menjadi jelas dan terarah. Modul berisi tujuan masing-masing pelatihan yang terdiri dari delapan kali pertemuan, media pelatihan (alat dan bahan), metode, prosedur dan waktu pelaksanaan. Tugas-tugas yang terkandung di dalam pelatihan berkisar pada tugas-tugas yang umum dilakukan di dalam kelas. Anak didorong untuk berani mewujudkan inisiatif, perasaan, dan keinginannya melalui tugas-tugas yang ada.

2. Rasa Malu

Rasa malu didefinisikan sebagai hambatan dan kesulitan yang dialami anak untuk menyampaikan pikiran, pendapat, perasaan dan keinginan yang akan terwujud dalam tingkah laku anak di dalam kelas. Rasa malu akan diungkap melalui skor yang diperoleh anak melalui Rating Perilaku Malu (RPM).

Lokasi Penelitian. Penelitian dilakukan di Taman Kanak-Kanak Masjid Syuhada di Kecamatan Gondokusuman, Kotamadya Yogyakarta.

Subjek Penelitian. Subjek penelitian adalah murid TK Syuhada Kelas A, Khususnya A3, A4, dan A5 yang berjumlah 75 anak. Usia mereka berkisar antara 4 - 5 tahun. Kelompok umur ini dipilih karena mereka berada pada tahap perkembangan masa *anal muskuler*.

Metode pengelompokan sampel dilakukan dengan cara *Matched Pairs Comparison*. Langkah-langkahnya antara lain: 1) mendaftar murid kelas A3, A4, dan A5; 2) Mendaftar murid-murid yang pemalu berdasar informasi dari guru; 3) observasi oleh *rater* untuk memilih sampel, diperoleh 25 anak dengan skor rasa malu tertinggi. Observasi dilakukan 3 kali, hasilnya 20 anak sebagai sampel; dibagi 2 kelompok menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Alat Pengumpul Data:

1. Rating Perilaku Malu

Rating perilaku rasa malu (RPM) berbentuk *behavioral checklist*, digunakan untuk mengukur tingkat rasa malu pada anak.

2. Pelatihan "Mainan dan Cerita"

Pelatihan terdiri atas 8 kali pertemuan. Tiap pertemuan memuat tujuan untuk mengurangi rasa malu secara bertahap. Pertama, anak dikondisikan untuk melakukan tugas-tugas berkelompok; kedua, tugas-tugas individual. Pelatihan dipandu oleh seorang pelatih, dan jalannya pelatihan didokumentasikan dengan kamera dan video.

Rancangan Penelitian. Peneliti menggunakan rancangan "*pre-test-post-test control group design*" dengan disain sebagai berikut:

KE : X1 X X2

M

KK : Y1 -X Y2

Keterangan:

KE : kelompok eksperimen

KK : kelompok kontrol

X1 & Y1 : *pre-test*

X2 & Y2 : *post-test*

X : diberi pelatihan

-X : tidak diberi pelatihan

M : *Matched Pairs Comparison*

Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa pelatihan "Mainan dan Cerita" berdasarkan modul. Pelatihan dipimpin oleh dua orang pelatih secara bergantian dan pembantu trainer. Pelatih merupakan orang di luar tim peneliti.

Kelompok kontrol tidak diberi perlakuan apapun, mereka juga tidak dikumpulkan bersama karena merupakan aspek dalam variabel tergantung yang harus dikendalikan.

Pengukuran dilakukan 2 kali:

1. *Pre-test*, sekaligus berfungsi sebagai alat pemilihan sampel. *Pre-test* dilakukan dengan cara mengobservasi perilaku dalam kelas saat kegiatan belajar mengajar.

2. *Post-test* dilakukan sebanyak 3 kali dalam waktu 1 minggu setelah pelatihan berakhir.

Analisis Data dilakukan dengan teknik statistik non parametris dengan memakai *Formulasi Wilcoxon dan Formulasi Mc Nemar* dari Program SPSS. Formulasi Wilcoxon digunakan untuk menentukan taraf signifikansi. Formulasi Mc. Nemar digunakan untuk melihat perubahan subjek pemalu menjadi tidak pemalu pada kelompok eksperimen dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Anak golongan pemalu berskor 8-17

2. Anak tidak pemalu berskor 0-7

Penentuan jumlah skor didasarkan pada sistem Bacon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Hasil Data Deskriptif.

Jumlah subjek penelitian dalam kelompok adalah 10, sedang kelompok berjumlah 2. Munculnya beberapa masalah mengakibatkan jumlah subjek berkurang, yaitu 6 anak setiap kelompok, sehingga skor analisis akhir didapat dari skor 12 subjek.

Di bawah ini tabel komposisi subjek:

Jenis Kelamin	KE	KK
Laki-laki	4	1
Wanita	2	5

Tabel Komposisi Usia:

Umur	KE	KK
4 tahun	3	3
5 tahun	3	3

Tabel Komposisi Kelas:

Kelas	KE	KK
A3	1	1
A4	2	2
A5	3	3

2. Hasil Data Kuantitatif

Berdasarkan hasil analisis dengan teknik statistik Non Parametris Formulasi Wilcoxon dan Mc. Nemar dari program SPSS diperoleh hasil sebagai berikut:

- Tidak ada perbedaan dalam hal rasa tingkat malu antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan ($z=0,000$; 2-tailed $p= 10.000$);
- Ada perbedaan signifikan dalam hal tingkat rasa malu antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberi perlakuan di mana kelompok eksperimen yang telah diberi perlakuan mempunyai tingkat rasa malu yang lebih rendah pada kelompok dari pada kelompok eksperimen ($z = -2.2014$, 2-tailed $p= 0.0277$);
- Tidak ada perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol ($z = -0.8090$ 2-tailed $p = 0.4185$);
- Ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol pada *post-test* ($z= -1.9917$, 2-tailed $p = 0.0464$)

3. Hasil Data Kualitatif Kelompok Eksperimen

a. Subjek 1

Sebelum diberi pelatihan subjek sering mengalihkan pandangan ke tempat lain, jika diperhatikan oleh orang lain. Apabila subjek ditanya, ia menjawab dengan suara yang hampir tidak terdengar. Subjek cenderung pasif dalam mengikuti aktivitas di dalam kelasnya.

Setelah mengikuti pelatihan subjek mulai menunjukkan beberapa kemajuan, hal ini dari informasi guru dan pengasuhnya. Kemajuannya adalah, saat ada acara di rumah temannya subjek mau menyanyikan lagu seperti dalam pelatihan. Selain itu subjek mau melakukan kontak mata dengan orang lain yang mengajaknya bicara dan mulai sering bercerita dengan teman-teman duduknya.

b. Subjek 2

Pada awalnya subjek termasuk anak yang tidak aktif di dalam kelas, jarang berinteraksi dengan guru dan teman-temannya. Subjek cenderung bermain sendiri daripada bergabung dengan teman-temannya.

Setelah mengikuti pelatihan, subjek mau berbicara dengan volume suara lebih keras, mau bercakap-cakap dengan temannya atau trainer yang masih baru baginya. Pada pelatihan akhir, subjek berani berkomentar terhadap perkataan pelatih dan berani bertanya.

c. Subjek 3

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa interaksi subjek dengan teman-temannya sangat kurang dan tidak aktif dalam kegiatan di dalam kelas. Subjek selalu mengalihkan pandangan ke tempat lain atau menunduk jika orang lain memperhatikannya.

Setelah mengikuti pelatihan, subjek menunjukkan ekspresi hangat, suka tersenyum pada teman, mau maju ke depan kelas untuk menyanyi.

d. Subjek 4

Subjek termasuk pendiam. Saat istirahat, subjek hanya melihat teman-temannya bermain. Apabila ditanya, subjek menjawab dengan suara lirih, ketergantungan dengan pengasuh sangat besar sehingga tugas-tugasnya harus dikerjakan oleh pengasuhnya.

Setelah pelatihan, perubahan subjek lamban, namun subjek mulai menunjukkan kemajuan dengan berkurangnya ketergantungan kepada pengasuh. Subjek mau mengerjakan tugasnya sendiri dan mau berinteraksi dengan temannya.

e. Subjek 5

Subjek cenderung pasif di dalam kelas, sehingga pelatihan pertama menyulitkannya; tidak mau melakukan tugas di depan kelas meskipun tugas di tempat bisa dilakukan dengan lancar. Suaranya pelan jika berbicara.

Setelah pelatihan, subjek mau menatap wajah trainer, maju ke depan untuk menyanyi atas inisiatifnya dengan volume suara keras, bahkan mau bercakap-cakap dengan temannya.

f. Subjek 6

Subjek tercatat memiliki pembawaan sangat dingin. Subjek selalu bermain menyendiri, volume suara jawaban sangat pelan.

Setelah pelatihan, subjek bisa berinteraksi dengan teman-temannya, bahkan subjek berani menghampiri peneliti yang kebetulan sedang mengamati kemajuan mereka.

PEMBAHASAN

Pelatihan membuktikan bisa menurunkan tingkat rasa malu pada subjek kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan "Mainan dan Cerita" yang mengacu pada modul terbukti efektif untuk menurunkan rasa malu pada anak-anak usia 4-5 tahun.

Efektivitas modul pelatihan dapat dilihat dari hasil perhitungan statistik, yaitu perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberi pelatihan ($p = 0.0464$). Skor kontrol kelompok kontrol yang tidak diberi pelatihan cenderung tetap ($p = 0.4185$).

Dari perubahan skor RPM diketahui bahwa perolehan tiap subjek berbeda-beda. Perbedaan ini disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu:

- Skor awal tingkat rasa malu subjek bervariasi. Skor awal yang tidak terlalu tinggi pada subjek mengalami kemajuan yang lebih besar daripada subjek berskor awal tinggi;
- Frekuensi kehadiran subjek dalam pelatihan turut berpengaruh, semakin tinggi frekuensi kehadiran subjek, semakin banyak kemajuan dicapai.

Dari skor RPM menunjukkan bahwa penurunan tingkat rasa malu bisa dilihat pula dari analisis kualitatif pada setiap subjek. Hal-hal yang tidak mungkin dicatat dengan RPM bisa ditemukan dalam analisis kualitatif yang mendasarkan pada pengamatan peneliti selama latihan dan pengamatan sehari-hari dalam kelas oleh guru dan orang tua.

Hasil observasi menunjukkan bahwa subjek mengalami hambatan untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya pada orang lain atau kurang keterampilan sosial. Mereka kesulitan mengerjakan tugas-tugas di depan teman atau orang dewasa, tetapi bisa mengerjakan tugas yang dilakukan sendirian. Pasifnya seorang anak dapat disebabkan oleh kondisi dalam kelas, yaitu posisi duduk anak tidak semuanya menghadap guru. Posisi ini menyebabkan ada anak yang tidak mau memperhatikan guru dan guru tidak memperhatikan kondisi seperti ini. Lama-kelamaan anak-anak yang sangat jarang maju mengerjakan tugas di depan kelas menjadi terbiasa untuk tidak mengerjakan sesuatu di depan kelas.

Haditono (1989) menyebutkan bahwa guru hanya memperhatikan murid-murid yang menonjol saja, sedangkan anak-anak yang kurang menonjol tidak didorong untuk aktif di dalam kelas.

Pelatihan keterampilan "Mainan dan Cerita" mencoba menciptakan kondisi yang mendukung anak-anak pemalu untuk mengembangkan kemampuan dalam mengungkapkan pikiran dan keinginannya. Misalnya jarak antara pelatih dan subjek yang dekat memungkinkan setiap subjek mendapat perhatian yang cukup dari pelatih. Pelatih selalu memberi dorongan dan pujian pada subjek dalam melakukan tugas-tugas yang dilakukan di depan orang lain, sehingga subjek termotivasi untuk melakukan tugas-tugas di depan orang lain.

Ada seorang subjek yang hanya mengikuti pelatihan sebanyak 4 kali atau setengah dari keseluruhan pelatihan, namun menunjukkan perkembangan yang sangat berarti. Sebelum pelatihan, subjek jarang bermain dengan temannya dan menolak mengikuti kegiatan-kegiatan di kelas. Subjek mengalami kelekatan negatif dengan orang tuanya, hal ini ditunjukkan dengan posisi duduk yang agak terpisah dari teman-temannya sehingga dia dapat terus-menerus melihat orang tuanya. Setelah pelatihan, subjek seperti itu mulai bermain-main dengan temannya dan tidak lagi menolak jika disuruh mengerjakan tugas di depan kelas atau mengikuti aktivitas kelas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis data melalui perbandingan antara *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p = 0.0464$) dapat disimpulkan bahwa pelatihan keterampilan "Mainan dan Cerita" efektif untuk menurunkan rasa malu pada anak.

Saran

1. Perlu adanya intervensi-intervensi serupa (pelatihan "Mainan dan Cerita") diadakan di tempat lain;
2. Modul pelatihan ini dapat dijadikan model atau acuan yang bersifat fleksibel, aplikatif, dan dapat digunakan oleh siapa saja. Penggunaannya mudah dimodifikasi sesuai dengan situasi, kondisi, dan tempat subjek. Permainan-permainan anak yang segar dapat diselipkan dalam pelatihan untuk memancing daya tarik anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita Listiara. 1996. *Hubungan antara Persepsi mengenai Kecenderungan Pola Asuh Demokrasi dan Kecemasan dengan Tingkat Rasa Malu pada Mahasiswa*. Skripsi, tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta. Artikel dalam Suara Karya, 5 Januari 1996.
- Atkinson, Rita L., dkk. 1991. Pengantar Psikologi. Jilid I, alih bahasa oleh Agus Dharma dan Michiel Adryanto, Edisi VIII, Erlangga, Jakarta.
- Cohen, David. 1993. The Developmental of Play. Second edition, New York.
- Endang Ekowarni. 1986. *Masalah Anak Usia TK dan Cara Mengatasinya*. Makalah, Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Hall and Lindzey. 1993. Teori-Teori Sifat dan Behavioristik. Cetakan pertama, Penerbit Kanisius, Yogyakarta.
- Monks, F.J., A.M.P. Knoers, Siti Rahayu Haditono. 1992. Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai Bagian. Cetakan VIII. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.
- Neila Ramdhani. 1994. *Pelatihan Keterampilan Sosial pada Mahasiswa yang Sulit Bergaul*. Tesis Program Pasca Sarjana UGM. Yogyakarta.
- Philips, G.M. 1981. Help for Shy People. Prentice-Hall Inc. New Jersey.
- Saifuddin Azwar. 1992. Reliabilitas dan Validitas. Sigma Alpha, Yogyakarta.
- Sajono, P.L. 1987. *Peranan Alat Bermain pada Perkembangan Anak*. Makalah tidak diterbitkan. Yayasan Jambangan Kasih. Jakarta.
- Schaefer, Charles E., Karen Gitlin, Alice Sandgrund. 1991. Play and Assesment. John Willey and Sons. USA.
- Siti Rahayu Haditono. 1986. *Memacu Perkembangan Kognisi*. Makalah, Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Sri Rahayu Partosuwido. t.t. *Psikologi Dalam*. Makalah tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi UGM. Yogyakarta.
- Zimbardo, P.G. and Ruch, F.L. 1976. Psychology and Life. Ninth Edition. Scott Foresman and Company. Illionis.

LAMPIRAN

Lampiran B

Berikut ini adalah lembar observasi untuk anak-anak TK. Tugas anda adalah memberi tanda (V) atau (X) di bawah kolom nama yang ada. Tanda (V) diberikan bila Anda melihat anak berperilaku sesuai pernyataan. Tanda (X) diberikan bila Anda tidak melihat perilaku seperti pernyataan yang tertera.

Contoh :

1. Anak menolak ketika disuruh menyanyi di depan. V
Artinya: Anda melihat perilaku itu tampak pada anak
2. Anak memalingkan wajah bila diperhatikan. X
Artinya: Anda tidak melihat perilaku itu pada anak.

Selamat bekerja

Biodata

Nama : _____
Jenis kelamin: Pa/Pi
Kelas : _____

RATING PERILAKU MALU

1. Anak memalingkan wajahnya jika diperhatikan _____
2. Anak bertanya pada temannya saat mengerjakan tugas _____
3. a. Anak diam saja ketika ditanya _____
b. Apabila ditanya, anak menjawab dengan kalimat yang singkat saja _____
c. Anak menjawab pertanyaan gurunya dengan suara lantang _____
4. Anak tidak mau maju saat diminta memimpin teman-temannya _____
5. Saat istirahat
a. Anak hanya menonton teman-temannya yang sedang bermain _____
b. Anak bermain sendiri tanpa teman _____
6. Anak mengacungkan tangan ketika gurunya memberi kesempatan untuk maju ke depan _____
7. Ketika teman-temannya bernyanyi dengan wajah ceria, ekspresi anak hanya biasa saja _____
8. Anak menolak ketika disuruh gurunya menyanyi di depan kelas _____
9. Anak meminta pendapat gurunya tentang hasil pekerjaannya _____
10. Anak memperlihatkan hasil pekerjaannya kepada orang lain _____
11. Anak mau meminjam alat tulis temannya _____
12. Anak bertanya kepada guru apabila ada penjelasan yang tidak dimengerti _____
13. Anak menyapa gurunya ketika tiba di sekolah _____
14. Anak bersedia diajak berkenalan _____

Lampiran C

Modul Pelatihan "Mainan dan Cerita"

Modul disusun untuk pelatihan keterampilan sebanyak 8 kali pertemuan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan keberanian anak mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keinginannya kepada orang lain dalam kelompok. Pelatihan

berbentuk permainan bercerita memakai mainan anak-anak.

Pelatihan I: Perkenalan (*Ice Breaking and Rapport*)

Pelatih berusaha menjalin keakraban dengan subjek. Kegiatan dilakukan dalam bentuk bernyanyi bersama dan menceritakan diri masing-masing.

Tujuan: Terbina keakraban antara subjek dan pelatih agar subjek tidak merasa asing dan tertarik untuk mengikuti pelatihan.

Media/alat: Teks nyanyian, tanya jawab

Metode: Penjelasan, tanya jawab

Prosedur:

1. Pelatih membuka dengan salam. Pelatih memperkenalkan diri. Subjek diminta menyebutkan nama, menceritakan kesukaannya (makanan, tempat hiburan favorit, acara TV yang disukai, warna, dll.)

2. Belajar menyanyi bersama, subjek tetap di tempat duduk.

Keterangan: Istirahat bisa dilakukan bila subjek kelihatan lelah. Makanan dan minuman dibagikan satu-persatu kepada tiap subjek.

Pelatihan II: Mewarnai Potongan Gambar

Tujuan: Agar Subjek berani menyatakan pendapatnya; Subjek bersama teman-temannya (3 orang) berani maju dan berbicara di depan kelas; Subjek dapat berpartisipasi dalam kerja kelompok.

Media/alat: boneka tangan, kertas gambar dan crayon.

Metode: Penjelasan, tanya jawab, demonstrasi.

Prosedur:

1. Subjek diminta untuk memilih boneka yang akan dipakai sebagai media menceritakan tentang diri masing-masing;
2. Pelatih memberi contoh cara menggunakan boneka;
3. Subjek dibagi menjadi 2 kelompok. Tiap kelompok maju ke depan dan bernyanyi bersama dengan diawali menyebutkan nama masing-masing;
4. Kelompok dipersilakan memilih gambar yang disukai. Setiap subjek menerima sepotong gambar dan crayon. Tiap subjek mewarnai gambar yang menjadi bagiannya, kemudian gambar ditempelkan pada sehelai kertas sehingga menjadi satu gambar yang utuh. Selanjutnya subjek bersama kelompoknya bercerita bebas tentang gambar tersebut dengan dipandu pelatih;

Pelatihan III: Perjalanan ke Sekolah

Tujuan : Subjek (berdua) mau bercerita di depan teman-temannya; subjek tidak canggung untuk bermain bersama kelompoknya.

Media/alat: berbagai macam mainan (mobil-mobil, rumah-rumah, toko, sekolah, jembatan, pohon, dll.)

Metode: Penjelasan, tanya jawab, demonstrasi.

Prosedur:

1. Subjek dibagi menjadi 3 kelompok. Tiap kelompok diminta maju, dan masing-masing subjek harus memperkenalkan diri dan menceritakan tentang siapa pengantarnya, menggunakan kendaraan apa, melewati apa saja selama perjalanan ke sekolah.
2. Subjek lain dalam kelompok yang tidak bercerita diminta membantu menyusun tiruan tempat-tempat yang disebutkan. Tugas ini diberlakukan untuk kelompok lain.

Pelatihan IV: Mewarnai Gambar dan Bercerita

Tujuan: Subjek berani menyatakan pilihannya, agar subjek punya inisiatif sendiri untuk maju dan bercerita, dan tidak canggung untuk bekerja sama.

Media/alat: Beragam gambar dan crayon.

Metode: penjelasan, tanya jawab, demonstrasi

Prosedur:

1. Subjek memilih sendiri gambar yang disukai agar diwarnainya;
2. Pelatih membuka kesempatan kepada semua subjek agar bersedia maju berdua untuk satu-persatu menceritakan gambar yang telah diwarnainya; Semua subjek didorong agar maju dengan memberi *reward* berupa tepukan atau pujian;
3. Subjek diberi kesempatan menyanyi di depan kelas atas inisiatif sendiri, kemudia diberi tepuk tangan.

Pelatihan V: Menggambar dan Bercerita

Tujuan: Subjek dapat mengekspresikan keinginannya dalam bentuk gambar; Subjek dapat mengkomunikasikan hasil karyanya.

Media/alat: papan tulis, kertas gambar, pinsil warna.

Metode: penjelasan dan praktik langsung.

Prosedur:

1. Pelatih membuat gambar di papan tulis dan menceritakannya. Masing-masing subjek didorong untuk membuat gambar tentang apa saja yang mereka senangi pada kertas gambarnya (misalnya: bola, kapal terbang, bunga, pemandangan, burung, dsb.), waktu 20 menit.
2. Setelah selesai, pelatih membuka kesempatan kepada subjek agar maju dan menceritakan gambarnya. Pelatih memandu dengan pertanyaan yang berkaitan dengan gambar tersebut.
3. Setelah subjek pertama bercerita, ia akan menunjuk teman di sampingnya agar maju ke depan menggantikannya, demikian seterusnya sampai semua mendapat giliran.

Pelatihan VI: Cerita Liburan

Tujuan: Subjek dapat menceritakan kembali pengalamannya (pengalaaaman berlibur)

Metode: Penjelasan, demo, praktik langsung.

Media/alat: Beragam mainan.

Prosedur:

1. Pelatih membuka tawaran kepada sembarang subjek yang mau bercerita tentang acara makan pagi (Bagi setiap subjek yang maju mendapat sebuah bintang)

2. Pelatih memberi contoh bercerita dengan alat permainan tentang perjalanan liburan; kemudian menawarkan kesempatan kepada subjek hingga semua maju.

3. Subjek dipersilakan menukar bintangnya dengan mainan yang disediakan. (ini disebut *Token economy*)

Pelatihan VII: Cerita ke Kebun Binatang.

Tujuan: Subjek dapat menceritakan pengalamannya saat pergi ke kebun binatang; subjek berani menceritakan pengalamannya di depan teman-teman dengan memakai mainan sebagai peraga.

Metode: penjelasan dan praktik langsung.

Media: Beragam mainan dan berbagai jenis hewan.

Prosedur:

1. Pelatih memberikan bintang kepada subjek-subjek yang tidak ditunggu selama pelatihan; pelatih mengajak semua bernyanyi, disambung membuka kesempatan kepada subjek untuk bernyanyi sendiri ke depan (subjek berani maju mendapat bintang);
2. Pelatih memberi contoh bercerita lalu dilanjutkan oleh para subjek.
3. Pelatih mengajak subjek untuk menceritakan cita-cita di depan teman-temannya.

Pelatihan VIII: Permainan Kelompok

Tujuan: Agar subjek tidak malu bermain bersama, subjek dapat menjalin kerja sama dengan kelompok; subjek dapat menceritakan perasaannya kepada orang lain.

Media/alat: potongan gambar, kertas, dan lem

Metode: penjelasan dan praktek

Prosedur:

1. Pelatih memberi bintang kepada subjek yang tidak ditunggu. Pelatih mengajak bernyanyi bersama, lalu membuka kesempatan subjek untuk memimpin nyanyi.
2. Pelatih membagi kelompok menjadi dua, setiap kelompok diberi potongan-potongan gambar yang kelengkapan potongan gambarnya berada di kelompok lain. Setiap kelompok diminta melengkapi susunan gambar melalui kerjasama dengan kelompok lain.
3. Pelatih membuka kesempatan kepada subjek untuk memimpin doa sebelum makan.
4. Semua bintang yang didapat subjek ditukarkan dengan mainan.

Keterangan: Setiap pelatihan memerlukan waktu 85 menit.